

Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Tutumlarının Öz güvenlerine Etkisinin İncelenmesi

Hakan AKDENİZ¹ Özlem KESKİN² Kemal ERDOĞAN³

¹ Sorumlu yazar, Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Kocaeli, Türkiye
hakanakdeniz@gmail.com

² Sinop Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Sinop, Türkiye

³ Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Rekreasyon Bölümü, Kocaeli, Türkiye

Özet

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin, serbest zaman tutumları ile öz güven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmaya, Kocaeli Üniversitesinde öğrenim gören 1095 (487 kadın, 608 erkek) öğrenci gönüllü olarak katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak araştırmacılar tarafından oluşturulan “Kişisel Bilgi Formu”, Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması geçerlilik ve güvenilirliği Gürbüz ve Akgül (2011) tarafından yapılan “Boş Zaman Tutum Ölçeği”, Akın (2007) tarafından geliştirilen “Öz Güven Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde katılımcıların kişisel bilgi dağılımlarını incelemek amacıyla frekans analizi, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla skewness-kurtosis değerlerine bakılmış, değişkenler arasındaki, farklılıkları belirlemek amacıyla Manova, Tukey, Post-Hoc testleri yapılmış ilişkiyi belirlemek amacıyla korelasyon analizi faydalanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda; Spor Bilimleri Fakültesinde İletişim Fakültesi, Mühendislik Fakültesi ve Eğitim Fakültesi öğrencilerinin, Serbest Zaman Tutum ve Öz güven ölçekleri arasında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Erkek öğrencilerinin, davranışsal alt boyut düzeyleri kadın öğrencilere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Serbest zaman tutum ölçeğinin Duyuşsal ve Bilişsel alt boyutları, Öz güven ölçeği alt boyutları cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$). Serbest zaman tutum ölçeği ve alt boyutları, Öz güven ölçeği ve alt boyutları ile fakülte değişkeni arasında anlamlı farklılıklar saptanmıştır ($p< 0,05$). Spor Bilimleri Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Mühendislik Fakültesi ve İletişim Fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin Serbest zaman tutumları yüksek olan öğrencilerin, öz güven düzeylerinin yüksek olduğu söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Üniversite öğrencisi, boş zaman tutumu, serbest zaman, öz güven

Examination of Leisure Attitudes' Effect on Self-Confidence Levels of University Students

Abstract

The aim of this study is to examine the relationship between university students' leisure time attitudes and self-confidence levels. 1095 (487 female, 608 male) students who studied at Kocaeli University participated in the study voluntarily. As a data collection tool in research, "Personal Information Form" created by researchers, "Leisure Attitude Scale" developed by Ragheb and Beard (1982) the validity and reliability of which was adapted to Turkish by Gürbüz and Akgül (2011), and the "Self-Confidence Scale" developed by Akın (2007) were used. In the analysis of the data, frequency analysis was used to examine the participants' personal information distributions, skewness-kurtosis values were examined to determine whether the data showed normal distribution, Manova, Tukey and Post-Hoc tests were used to determine the differences between the variables, correlation analysis was used to establish relations. As a result of the analysis; It was found that there was a high positive correlation between leisure time attitude and self-confidence scales of students from the Faculty of Communication, Faculty of Engineering, Faculty of Education and Faculty of Sport Sciences ($p<0.05$). Behavioural subdimension levels of male students were significantly higher than female students ($p<0.05$). Emotional, cognitive and self-confidence subscales of the leisure attitude scale were not significantly different according to gender ($p>0.05$). Significant differences were found between faculty variables with leisure attitude scale, sub-dimension and self-confidence scales ($p<0.05$). It can be said that Sport Sciences, Education, Engineering and Communication Faculty students with high leisure attitudes have high self-confidence levels.

Key Words: University student, leisure attitude, leisure time, self-esteem

SUMMARY

Introduction and Aim: Free time can be defined as the time when a person moves away from all connections or obligations for himself and other people and engages in activities that he chooses of his own will (Hacıoğlu et al., 2003; Tezcan 1982; Bahar et al., 2008). When we look at it in this sense, attitude towards leisure time is defined as positive or negative orientations (reaction and tendency) of the knowledge, beliefs, feelings and behavioral styles of individuals obtained regarding the concept. (Ragheb and Beard 1982). When we consider individuals in terms of self-confidence, Individuals with high self-esteem are generally self-confident, willing to succeed, optimistic, not daunted by difficulties, open to new thoughts and experiences, and investigative, comfortable and affectionate in human relations, responsible and enterprising. They tend to perceive themselves as helpful, important persons' worthy of acceptance. (Mağden and Aksoy, 1993). Thus, self-confidence can be mentioned as the state of feeling important to the person in the Turkish literature (Merdinoğlu et al., 2017). The aim of this study is to examine the relationship between university students' leisure time attitudes and self-confidence levels. **Material and Method:** 1095 (487 female, 608 male) students who studied at Kocaeli University participated in the study voluntarily. As a data collection tool in

research, "Personal Information Form" created by researchers, "Leisure Attitude Scale" developed by Ragheb and Beard (1982) the validity and reliability of which was adapted to Turkish by Gürbüz and Akgül (2011), and the "Self-Confidence Scale" developed by Akın (2007) were used. In the analysis of the data, frequency analysis was used to examine the participants' personal information distributions, skewness-kurtosis values were examined to determine whether the data showed normal distribution, Manova, Tukey and Post-Hoc tests were used to determine the differences between the variables, correlation analysis was used to establish relations. **Findings:** As a result of the analysis; It was found that there was a high positive correlation between leisure time attitude and self-confidence scales of students from Faculty of Communication, Faculty of Engineering, Faculty of Education and Faculty of Sport Sciences ($p<0.05$). Behavioral subdimension levels of male students were significantly higher than female students ($p<0.05$). Emotional, cognitive and self-confidence subscales of leisure attitude scale were not significantly different according to gender ($p>0.05$). Significant differences were found between faculty variables with leisure attitude scale, sub-dimension and self-confidence scales ($p<0.05$). **Conclusion:** It can be said that Sport Sciences, Education, Engineering and Communication Faculty students with high leisure attitudes have high self-confidence levels. The source of the difference between the Faculty of Sport Sciences and other faculties; It can be said that the intensive applied courses in the faculty of sports sciences, as the students make behavioral changes related to the skills specific to the courses, they participate in leisure activities and consequently their self-confidence increases. It can be said that as they improve their skills in applied lessons, they also participate in leisure activities. It is thought that the reason for the increase in self-confidence of the sports sciences faculty students who participate in more leisure activities than other faculties is due to the fact that they have more courses in practice and more leisure time activities.

1. GİRİŞ

Zaman, bir olgu veya oluşun içinde geçtiği, geçeceği veya geçmekte olduğu süre veya vakittir. İnsanlar, zamanı güzel planlamak ve değerlendirmek zorundadır. Bu anlamda baktığımızda zaman, ödünç alınamaz, kiralanamaz, para ile alınamaz, çoğaltılamaz, depolanamaktadır. Zaman kötü değerlendirildiğinde ise insanlar üzerinde stres oluşturabilir (Hazar, 1999). Zamanın yanlış ve kötü kullanılmasından dolayı ortaya çıkan rahatsızlıklar, bireyi ve bütün toplumu etkileyebilir. Zamanın iyi ve verimli kullanılabilmesi, insan hayatına, çalışma çevresine, toplumsal yaşamına katkı sağlayabilir ve bunun yanında, biyolojik ve fizyolojik ihtiyaçlarının karşılanmasına ayrılan zaman arasındaki uyuma bağlıdır (Kılbaş Köktaş, 2004). Zamanı iyi kullanabilmenin bir diğer yanı ise boş zamanların etkili bir biçimde kullanılmasıdır. Serbest zaman kısaca şu şekilde açıklanabilir.

Rekreasyon, tazelenme, yeniden yapılanma, yeniden yapılanma, yeniden güçlenme, gençleşme ve yeni bir ruh, zihin ve beden inşası anlamına gelir (Körmükçü ve Başaran, 2015). Serbest zaman; kişinin kendi ve başka insanlar için tüm bağlantılardan veya zorunluluklardan uzaklaştığı, kendi isteği ile tercih ettiği bir etkinliklerle uğraştığı bir zaman olarak tanımlanmaktadır (Hacıoğlu, Gökdeniz ve Dinç, 2003; Tezcan 1982; Bahar ve ark, 2008). Gerçekleştirilen bir çok araştırmada fiziksel aktivitelere katılımın akademik başarı üzerinde pozitif etkileri olduğu bulunurken, bu etkinliklere katılımın akademik başarı üzerine negatif etkisi olduğunu gösteren çalışmalar da bulunmaktadır

(Cheung, Chau-Kiu, Kwok, Siu-Tong., 2004).

Güncel Türkçe sözlükte tutum: “bireyler, nesnelere ve düşüncelere karşı düşünce, duygu ve davranışları düzenli bir biçimde şekillendiren, olumlu ya da olumsuz yargı ve tepkide bulunma eğilimi” (TDK, 2021) olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik açıdan irdelendiğinde “bir nesne, kişi, grup, konu ya da kavram hakkında, bir ölçek üzerinde olumsuzdan olumluya doğru derecelendirilebilen, nispeten kalıcı nitelikteki genel değerlendirme” (Karataş, 2021) şeklinde açıklanmaktadır. Serbest zamana yönelik tutum, bireylerin kavrama ilişkin olarak elde edilen bilgi, inanış, duygu ve davranış tarzlarının olumlu ya da olumsuz yönelimleri (tepki ve eğilim) şeklinde tanımlanmaktadır (Ragheb ve Beard 1982).

Lise ve üniversite dönemi fertlerin kişiliklerindeki değişim ve geleceğiyle alakalı tutumlarının önemli ölçüde biçimlendiği dönem olduğundan dolayı önemlidir. Gelişime boş zaman aktiviteleri faaliyetlerinin katkısı bulunmaktadır (Fitzgerald ve ark, 1995). Tanım ve kapsam ile alakalı farklı bakış açıları olmasıyla birlikte (Hills, Argyle, Reeves 2000; Wilson 1980, Parker 1975). Serbest zaman faaliyetleri etkinliğe katılım amaçlarına göre sınıflandırılabilir. Amaçlarına göre sınıflandırıldığında boş zaman faaliyetleri kültürel, toplumsal, dinlenme, turizm, sanatsal ve sportif olmak üzere bu altı ana başlık altında incelenebilir (Karaküçük, 2008). Yapılan başka bir sınıflandırmada, serbest zaman aktiviteleri sanatsal, pratik işler, fiziksel, toplumsal ve entelektüel olmak üzere beş grupta incelenmektedir (Tezcan 1982). Serbest zaman etkinlikleri pasif ve aktif etkinlikler olmak üzere iki ayrı grupta incelenebilir. Radyo dinlemek, sinema ve spor müsabakalarını izlemek gibi bazı etkinlikler pasif etkinlik olarak kabul edilebilirken. Şarkı söyleme, müzik aleti çalma, resim ve spor yapma, gibi bu tür etkinlikler ise aktif etkinlik olarak kabul edilmektedir. Boş zamanların aktif katılımın sağlandığı etkinliklerle yapılması seçilebilir. Ancak bununla birlikte, bu etkinliklere katılımın makul ölçüde olması ve kişinin karakteristik özelliği ile uygun olması durumunda, boş zamanların pasif olarak geçen aktivitelerle değerlendirilmesi daha iyi olabilir (Karaküçük, 2008). Boş zaman aktiviteleri gençlerin ruhsal ve bedensel olarak sağlıklı olmalarına fayda sağlayabileceği gibi, olumsuz olarak bazı davranışlar geliştirmesine de referans olan çalışmalarda bulunmaktadır. (Osgood, Wilson, O'Malley, Bachman ve Johnston, 1996; Piko ve Vazsonyi 2004).

Sosyallik durumu oluşurken bu süre zarfı içinde aile, eğitim kurumları, kültür, yakın arkadaş çevresi, toplum ve çevre, kitle iletişim araçları ve sivil toplum kurumları yardım etmektedir. Bu zaman dilimi ile kişinin toplumla bir bütün olması sağlanmaktadır. Toplumla uyumlu birey aynı zamanda kendi hayatında rahat ve mutlu bir kişiliğe sahip olabilecektir. Aksi takdirde toplumun değer yargıları, yasaları vb. kuruluşları ile sürekli anlaşmazlık, çatışma hâli, toplumsal barışı ve huzura kötü etki verebileceği gibi zamanla kişinin kendi hayatının olumsuz etki almasına da yol açacaktır (Şahan, 2008).

Spor bildiğimiz gibi bir bilim faaliyetidir; bu sebepten dolayı ortak gayeleri belirlemek ve başka insanların iyi sonuçlarını beğenmek gibi güçlü duyguları dışarı vurabilmemizi sağlamaktadır. Bununla birlikte spor, sorumluluk alma ve hoşgörü, yardımlaşmalı bir yaklaşım ortaya çıkararak düzen becerisi kazandırmaktadır (Çiriş, 2014; Makar, 2016).

Öz güven insanların doğuştan sahip oldukları ancak çocukluktan itibaren pek çok bireyde törpülenen bir özelliktir. Özgüvenin iki merkezi boyutu vardır: “Sevilebilir olma” ve “Yeterli olma duygusu” (Mutluer, 2006). Kişinin kendisine ve kabiliyetleri üzerine aldığı pozitif övgüler özgüveni etki altına almaktadır (Merdinoğlu ve ark, 2017). Özgüveni yüksek olan bireyler genelde, kendilerine güven, başarıya isteği olan, iyimser, zorluklardan yılmayan, yeni düşüncelere ve deneyimlere açık ve araştırmacı, insan ilişkilerinde rahat ve sevecen, sorumluluk yüklenen ve atılımcı bir kişilik özelliğine sahiptirler. Kendilerini saygı ve kabul edilmeye değer, yararlı, önemli kişiler olarak algılama eğilimindedirler (Mağden ve Aksoy, 1993). Böylece Türkçe literatüre geçmiş haliyle özgüven kişinin kendisini önemli hissetme durumu olarak söz edilebilir (Merdinoğlu ve ark, 2017).

İç ve dış özgüven olarak iki farklı özgüven olduğunu belirtebiliriz. İç özgüven, kişinin kendisinden memnun ve barışık bir şekilde olduğumuza dair inanmamız ve bu konuda hissettiklerimiz; dış özgüven, dış hayatımızda kendimize güvenimiz olduğu şeklinde dışa yansıttığımız görsel hareketlerdir (Akagündüz, 2006; akt. Özbek ve ark, 2017). Öz güveni fazla olan sporcular genel olarak kabiliyetlerinin farkında olan, idmanlarda çok çalışarak fiziksel ve zihinsel olarak noksan yönlerini belirleyip, bu yönlerini geliştirerek kendilerini yarışmalara hazır hale getiren, belirli bir spor bilgisi ve ahlakına sahip kişiler olarak tanımlanmaktadır (Karataş, 2017). Bu araştırmanın yapılmasındaki temel neden üniversite öğrencilerinin, serbest zaman tutumları ve öz güven düzeylerini bireysel değişkenler açısından inceleyerek aralarındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

2. MATERYAL METOT

2.1. Araştırma Modeli

Yapılan araştırmada mevcut durumu meydana çıkarmak amacıyla betimsel tarama (survey) yöntemi kullanılmıştır. “Geçmişten günümüze halen var olan bir durumu var olduğu biçimiyle, bireyleri, olayı ya da nesnelere kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlamayı hedefleyen araştırma modelidir” (Karasar, 2004).

2.2. Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Kocaeli Üniversitesi örgün ve ikinci öğretim olmak üzere Spor Bilimleri Fakültesi bölümünde öğrenim gören 2162 öğrenci, Eğitim Fakültesi bölümünde öğrenim gören 2160 öğrenci, İletişim Fakültesi bölümünde öğrenim gören 3098 öğrenci, Mühendislik Fakültesi bölümünde öğrenim gören 11003 öğrenci toplamda 18423 öğrenci oluşturmaktadır. Örnekleme ise Kocaeli Üniversitesi örgün ve ikinci öğretim olmak üzere Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören 581 öğrenci, Eğitim Fakültesinde öğrenim gören 152 öğrenci, İletişim Fakültesinde öğrenim gören 174 öğrenci, Mühendislik Fakültesinde, öğrenim gören 188 öğrenci, toplamda 1095 öğrenci rastgele seçilerek oluşturulmuştur.

2.3. Veri Toplama Araçları

Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerini belirlemek amacıyla 11 sorudan oluşan Demografik Bilgi Formu araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Öğrenim gören öğrencilerin serbest zaman tutumlarını tayin edebilmek amacıyla Ragheb ve Beard (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Akgül

ve Gürbüz (2011) tarafından yapılan “Boş Zaman Tutum Ölçeği” ile öğrencilerin öz güven seviyelerini tayin edebilmek için (Akın, 2007) tarafından geliştirilen “Öz güven Ölçeği” kullanılmıştır.

Bu anketler Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin bir kısmına internet ortamından link gönderilerek kendilerine ulaştırılmış ve bir kısmına ise elden anket dağıtarak doldurulmaları istenmiştir.

2.4. Verilerin Toplanması

Araştırma Kocaeli Üniversitesi Öğrencilerine İnternet aracılığı ile e-postalarına link gönderilerek ve elden anket dağıtılarak doldurulmaları istenmiştir. Hazırlanan anketlerin uygulanabilmesi için gerekli izinler alınmıştır.

2.5 Verilerin Analizi

Bu çalışmada anket ve internet aracılığı ile toplanan verilerin analizinde IBM SPSS Statistics 21 paket programı kullanılmıştır. Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerinin tespit edilmesinde frekans ve yüzde analizlerinden, ilişki düzeylerinin incelenmesine Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon analizinden, Öğrencilerin tanımlayıcı özelliklerine göre farklılaşma durumunun incelenmesinde ise, t testi MANOVA tekniğinden ve Post-hoc analizlerinden faydalanılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi, .05 kabul edilmiştir.

3. BULGULAR

Tablo 1. Demografik Özellikler ve Tanımlayıcı İstatistikler.

		n	%
Cinsiyet	Erkek	487	44,5
	Kadın	608	55,5
Yaş	18-20 Yaş	129	11,8
	21-23 Yaş	599	54,7
	24-26 Yaş	315	28,8
	27 ve Üzeri	52	4,7
Fakülte	Spor Bilimleri Fakültesi	581	53,1
	İletişim Fakültesi	174	15,9
	Mühendislik Fakültesi	188	17,2
	Eğitim Fakültesi	152	13,9
Spor Yapma Durumu	Amatör	706	64,5
	Profesyonel	145	13,2
	Rekreasyonel	244	22,3
	Toplam	1095	100,0

Tablo 1 incelendiğinde, çalışmaya katılan öğrencilerin %55,5'inin (n=608) kadın, %4,5'inin (n=487) erkek olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların yaş değişkenine bakıldığında %11,8'inin 18-20 yaş, %54,7'sinin 21-23 yaş, %28,8'inin 24-26 yaş ve %4,8'inin 27 ve üzeri yaşta olduğu görülmektedir. Fakülte değişkeni incelendiğinde katılımcıların %53,1'inin Spor Bilimleri Fakültesi, %15,9'ünün İletişim Fakültesi, %17,2'sinin Mühendislik Fakültesi, %13,9'unun ise Eğitim Fakültesi öğrencilerinin oluşturduğu gözlemlenmiştir. Spor yapma durumuna bakıldığında katılımcıların %64,5'i amatör, %13,2'si Profesyonel, %22,3'i ise Rekreasyonel spor yapmakta olduğu gözlemlenmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların Serbest Zaman Tutum Ölçeği ve Öz güven Ölçeği Alt Boyutlarına Göre Tanımlayıcı İstatistikleri.

	n	Min.	Max.	\bar{X}	ss
Duyuşsal Alt Boyut	1095	24,00	60,00	51,5753	7,18491
Bilişsel Alt Boyut	1095	35,00	68,00	60,0521	6,52012
Davranışsal Alt Boyut	1095	24,00	60,00	49,0420	9,38161
İç Öz güven Alt Boyut	1095	17,00	85,00	68,7413	10,97522
Dış Öz güven Alt Boyut	1095	16,00	80,00	64,4104	10,68901

Tablo 2 incelendiğinde Kocaeli Üniversitesi öğrencilerinin duyuşsal alt boyut düzeyleri incelendiğinde, 60 puan üzerinden en düşük puanın 24, en yüksek puanın 60 olduğu gözlemlenmiştir. Öğrencilerin duyuşsal alt boyut ortalaması $\bar{X}=51,57\pm 7,18$ olup, öğrencilerin yüksek düzeyde duyuşsal özellikleri oldukları belirlenmiştir. Bilişsel alt boyut düzeyleri incelendiğinde, 68 puan üzerinden en düşük puanın 35, en yüksek puanın 68 olduğu gözlemlenmiştir. Öğrencilerin bilişsel alt boyut ortalaması $\bar{X}=60,05\pm 6,52$ olup, öğrencilerin yüksek düzeyde bilişsel özellikleri oldukları belirlenmiştir. Davranışsal alt boyut düzeyleri incelendiğinde, 60 puan üzerinden en düşük puanın 24, en yüksek puanın 60 olduğu gözlemlenmiştir. Öğrencilerin davranışsal alt boyut ortalaması $\bar{X}=49,04\pm 9,38$ olup, öğrencilerin yüksek düzeyde davranışsal özellikleri sahip oldukları belirlenmiştir. Kocaeli Üniversitesi öğrencilerinin iç öz güven düzeyleri incelendiğinde ise, 85 üzerinden en düşük puanın 17, en yüksek puanın da 85 olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin iç öz güven düzeylerinin ortalaması $\bar{X}=68,74\pm 10,97$ olup yüksek düzeyde iç öz güvene sahip oldukları belirlenmiştir. Öğrencilerinin dış öz güven düzeyleri incelendiğinde ise, 80 üzerinden en düşük puanın 16, en yüksek puanın da 80 olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin dış öz güven düzeylerinin ortalaması $\bar{X}=64,41\pm 10,69$ olup öğrencilerin ortalamaların üzerinde dış öz güven düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir. Son olarak öğrencilerinin toplam öz güven düzeyleri incelendiğinde ise, 165 üzerinden en düşük puanın 45, en yüksek puanın da 165 olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin toplam öz güven düzeylerinin ortalaması $\bar{X}=109,13\pm 27,50$ olup öğrencilerin ortalamaların üzerinde öz güven düzeyine sahip oldukları belirlenmiştir.

Tablo 3. Serbest Zaman Tutumu ve Öz Güvene İlişkin Korelasyon Analiz Sonuçları.

		1	2	3	4	5
İç Öz güven Alt Boyut	r	1				
	p					
Dış Öz güven Alt Boyut	r	,971**	1			
	p	,000				
Duyuşsal Alt Boyut	r	,296**	,316**	1		
	p	,000	,000			
Bilişsel Alt Boyut	r	,353**	,356**	,909**	1	
	p	,000	,000	,000		
Davranışsal Alt Boyut	r	,499**	,495**	,803**	,855**	1
	p	,000	,000	,000	,000	

Tablo 3' te serbest zaman tutum ve öz güven skorlarında yüksek düzeyde pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Öz güven ölçeğinin alt boyutları; iç öz güven ile sırasıyla dış öz güven ($r=,745$; $p<0,05$), serbest zaman tutum ölçeği alt boyutlarından duyuşsal alt boyut ($r=,296$; $p<0,05$), Bilişsel alt boyut ($r=,353$; $p<0,05$), davranışsal alt boyut ($r=,499$; $p<0,05$) arasında yüksek derecede pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Öz güven ölçeğinin alt boyutları; dış öz güven ile sırasıyla serbest zaman tutum ölçeği alt boyutlarından duyuşsal alt boyut ($r=,316$; $p<0,05$), Bilişsel alt boyut ($r=,356$; $p<0,05$), davranışsal alt boyut ($r=,495$; $p<0,05$) arasında yüksek derecede pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Serbest zaman tutum ölçeği alt boyutlarından duyuşsal alt boyut ile sırasıyla bilişsel alt boyut ($r=,909$; $p<0,05$) ve davranışsal alt boyut ($r=,803$; $p<0,05$) arasında yüksek derecede pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Serbest zaman tutum ölçeği alt boyutlarından bilişsel alt boyut ile davranışsal alt boyut ($r=,855$; $p<0,05$) arasında yüksek derecede pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur.

Tablo 4. Katılımcıların Serbest Zaman Tutumlarının ve Özgüvenlerinin Cinsiyete Göre Farklılaşması

	Bağımlı Değişken	KT	Df	KO	F	p
Cinsiyet	Duyuşsal Alt Boyut	157,032	1	157,032	3,042	,081
	Bilişsel Alt Boyut	64,004	1	64,004	1,504	,220
	Davranışsal Alt Boyut	644,246	1	644,246	7,353	,007
	İç Özgüven Alt Boyut	102,035	1	102,035	,848	,357
	Dış Özgüven Alt Boyut	159,300	1	159,300	1,393	,238

(Wilks' Lambda $\lambda=,987$; $F=2,970$ $p=,013$ η^2)

Tablo 4 incelendiğinde, Kocaeli Üniversitesi erkek öğrencilerin Serbest zaman tutum ölçeği alt boyutlarından, davranışsal alt boyut erkek öğrencilerin ($\bar{X}=49,890\pm 9,89$) kadın öğrencilere kıyasla ($\bar{X}=48,34\pm 9,57$) anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$).

Serbest zaman tutum ölçeği alt boyutlarından; bilişsel ($\bar{X}=60,048\pm 6,525$), duyuşsal ($\bar{X}=51,576\pm 7,191$), öz güven ölçeğinin alt boyutlarından; iç öz güven ($\bar{X}=68,726\pm 10,969$), dış öz güven ($\bar{X}=64,410\pm 10,693$) boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır.

Tablo 5. Katılımcıların Serbest Zaman Tutumlarının ve Özgüvenlerinin Cinsiyete Göre MANOVA Sonuçları.

	Etki	Değer	F	Df	p
Cinsiyet	Pillai's Trace	,013	2,920b	5,000	,013
	Wilks' Lambda	,987	2,920b	5,000	,013
	Hotelling's Trace	,013	2,920b	5,000	,013
	Roy's Largest Root	,013	2,920b	5,000	,013

Tablo 5'te Kocaeli üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman tutum ve öz güven düzeylerine ait cinsiyet değişkeni MANOVA sonuçları sunulmuştur. Wilks' Lambda incelendiğinde ($p<0,05$) bağımsız değişkenin grupları arasında bağımlı değişkenler açısından davranışsal alt boyutta anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Tablo 6. Kocaeli Üniversitesinde Okuyan Öğrencilerin Serbest Zaman Tutumlarının ve Özgüvenlerinin Fakülteye Göre Farklılaşması.

	Bağımlı Değişken	KT	Df	KO	F	P	Tukey anlamlılık
	Duyuşsal Alt Boyut	5340,269	3	1780,090	37,910	,000	1-2,1-3,1-4
	Bilişsel Alt Boyut	5243,616	3	1747,872	46,138	,000	1-2, 1-3, 1-4
Fakülte	Davranışsal Alt Boyut	25207,566	3	8402,522	128,821	,000	1-2, 1-3, 1-4, 3-4
	İç Özgüven Alt Boyut	23083,967	3	7694,656	77,366	,000	1-2, 1-3, 1-4
	Dış Özgüven Alt Boyut	21845,072	3	7281,691	76,961	,000	1-2, 1-3, 1-4

Wilks' Lambda $\lambda=,667$; $F=31,57$ $p=,000$ η^2

1: Spor Bilimleri Fakültesi, 2: İletişim Fakültesi, 3: Mühendislik Fakültesi, 4: Eğitim Fakültesi

Tablo 6 incelendiğinde, Kocaeli Üniversitesi öğrencilerinin Serbest zaman tutum ve alt boyutları, Öz güven ölçeği ve alt boyutları ile fakülte değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0.05$).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma Kocaeli Üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman tutum ve öz güven düzeylerini araştırmak ve çeşitli değişkenler açısından farklılaşıp farklılaşmadığını incelemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmada, Kocaeli üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman tutum ve öz güven skorlarında arasındaki ilişki korelasyon analizi ile incelenmiştir. Analiz sonucunda öğrencilerinin serbest zaman tutum ve öz güven skorlarında arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Bu durum öğrencilerin serbest zaman tutumları ile özgüven arasında çift taraflı ve aynı yönde bir ilişki göstermekte bir değişkene ilişkin veriler artığında diğer değişkene ilişkin değerlerin arttığına işaret eder. Diğer bir ifadeyle öğrencilerin serbest zaman tutum düzeyleri arttığında aynı yönlü olarak özgüven düzeyleri de artmaktadır. Önal ve ark. (2017) yapmış olduğu çalışmada; boş zaman tutum ölçeğinin tüm alt boyutları ve toplam puanı arasında pozitif yönde bir ilişki saptanmıştır. Bu çalışmanın sonuçları ile bizim çalışmamızın sonuçları örtüşmektedir.

Kocaeli Üniversitesi erkek öğrencilerinin, davranışsal alt boyut puanlarının kadın öğrencilere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Serbest zaman tutum alt boyutlarından; bilişsel ve duyuşsal alt boyutunda cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık bulunamamıştır. Akyüz ve ark (2016) üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarını belirlemek için yapmış olduğu çalışmada, cinsiyet değişkenine göre, erkek ve kadın öğrenciler arasında duyuşsal alan alt boyutu, bilişsel alan alt boyutu ve toplam puanlarında anlamlı farklılık tespit etmiş, davranışsal alt boyutta anlamlı farklılık bulamamıştır. Bu çalışma ile bizim çalışmamızın bilişsel ve duyuşsal alt boyut sonuçları paralellik göstermemektedir. Tektaş ve ark. (2017) yapmış oldukları çalışmada, cinsiyet değişkenine göre duyuşsal alanda anlamlı farklılık bulmuş, davranışsal ve bilişsel alt boyut puanlarında kadın öğrenciler ve erkek öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık bulamamışlardır. Bu çalışmanın bilişsel alt boyut sonuçları ile bizim çalışmamızın sonuçları paralellik göstermekte fakat diğer alt boyut sonuçları paralellik göstermemektedir. Gökyürek (2016) yapmış olduğu çalışmada cinsiyet, yaş ve eğitim seviyesi bireylerin boş zamanlarının tutumları arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Bu çalışmanın davranışsal alt boyut sonuçları ile bizim çalışmamızın sonuçları

paralellik göstermekte fakat diğer alt boyut sonuçları paralellik göstermemektedir. Önal ve ark. (2017) çalışmalarında; boş zaman tutum ölçeğinin toplam puanı ve alt boyutlarından aldıkları puanların cinsiyet değişkenine göre incelenmesi sonucunda anlamlı bir farklılık tespit edememişlerdir. Bahsi geçen çalışmanın bilişsel ve duyuşsal alt boyut sonuçları ile bizim çalışmamızın sonuçları örtüşmekte fakat davranışsal alt boyut sonuçları örtüşmemektedir. Wilks' Lambda incelendiğinde bağımsız değişkenin grupları arasında bağımlı değişkenler açısından davranışsal alt boyutta anlamlı bir farklılık bulunmuştur.

Serbest zaman tutum ölçeği, spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin duyuşsal alt boyutunun, mühendislik, iletişim ve eğitim fakültelerine kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu ölçeğin bir diğer alt boyutunda ise; spor bilimleri fakültesi okuyan öğrencilerin bilişsel alt boyutunun, mühendislik, iletişim ve eğitim fakültelerine kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu ölçeğin son alt boyutunda ise; spor bilimleri fakültesinde okuyan öğrencilerin davranışsal alt boyutunun, mühendislik, iletişim ve eğitim fakültelerine kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Mühendislik okuyan öğrencilerin eğitim fakültesi okuyan öğrencilere kıyasla anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Ağduman (2014) yapmış olduğu çalışmada; öğrenim gördükleri bölümlere göre yapılan analizler sonucunda tüm alt boyutlarda sosyal bilimler alanlarında öğrenim gören öğrencilerin boş zaman motivasyonları ve tatminleriyle diğer alanlarda öğrenim gören öğrencilerin boş zaman motivasyon ve tatminlerine göre anlamlı fark olduğunu tespit etmiştir. Bu çalışmanın sonuçları ile bizim çalışmamızın sonuçları birbiriyle örtüşmektedir. Önal ve ark. (2017) yapmış olduğu çalışmada; boş zaman tutum ölçeğinin alt boyutlarının ve toplam puanının katılımcıların eğitim gördükleri alana göre yapılan analiz sonucunda; bilişsel, duyuşsal ve toplam puanda anlamlı farklılık gözlenmezken; davranışsal alt boyutunda anlamlı fark olduğu anlaşılmıştır.

Öz güven ölçeği alt boyutlarından olan iç öz güven ve dış öz güven boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Çetin (2019) elit sporcularda yapmış olduğu çalışmada, çalışmaya katılan sporcuların cinsiyet değişkenine göre öz güven ölçeği alt boyutu olan dış özgüven puan ortalamalarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit etmiştir. Ekinci ve ark. (2014) yapmış oldukları çalışmada iç özgüven alt boyutunda anlamlı farklılık bulmuşlardır. Bu farklılığın erkeklerin lehine olduğu görülmektedir. Baştuğ, ve ark. (2016) yapmış oldukları çalışmada, kadın veya erkek olmanın öz güven üzerine bir farklılık göstermediğini saptamışlardır. Başoğlu (2018) yapmış olduğu çalışmada, cinsiyet değişkenine göre katılımcıların özgüven düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit etmiştir. İçsel özgüven ortalamaları kadınların lehine yüksek görülmekte iken; dışsal özgüven ve genel özgüven ortalamaları erkek sporcuların lehinedir. Bizim çalışmamızda ise öz güven boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında kadın öğrencilerin erkek öğrencilere kıyasla öz güven düzeylerinin yüksek olduğu gözükse de yapılan testler sonucunda anlamlı farklılık saptanmamıştır. Literatüre bakıldığında çalışmamızı destekleyen ve destelemeyen çalışmalar bulunmaktadır.

Sonuç olarak; spor bilimleri fakültesi ile diğer fakülteler arasındaki farkın kaynağı; spor bilimleri fakültesinde uygulamalı derslerin yoğun olması, öğrencilerin derslere özgü becerilerle ilgili davranış değişikliklerini gerçekleştirdikçe, serbest zaman aktivitelerine katıldıkları ve buna bağlı olarak da, öz

güvenlerinin arttığı söylenebilir. Uygulamalı derslerdeki becerilerini geliştirdikçe boş zamanlarını da serbest zaman etkinliklerine katıldıkları söylenebilir. Diğer fakültelelere oranla daha fazla serbest zaman aktivitelerine katılan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin, özgüvenlerinde bir artış olmasının sebebi, uygulamaları derslerinin fazla olmasından ve serbest zaman aktivitelerinin içerisinde fazla bulunmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

5. ÖNERİLER

Kocaeli Üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman tutum ve özgüvenlerini ölçmek amacıyla yapılan bu çalışmada, serbest zaman tutumu ile ilgili yapılan araştırmalarda fakülte değişkenlerine göre literatürde var olan çalışmaların nicel olarak azınlıkta olduğu tespit edilmiştir. Bu nedenle gelecekte yapılacak çalışmaların bahsi geçen bireysel değişkenleri incelemesinde fayda vardır.

Açıklamalar

Bu çalışmanın bir bölümü 13 - 16 Kasım 2019 tarihleri arasında gerçekleştirilen "17. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi"nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Yazar Katkıları

Çalışmada ilk yazar çalışma fikrinden, çalışma deseninden, veri analizi ve çalışmanın yazımından, ikinci yazar çalışma fikrinden, veri analizi ve çalışmanın yazımından, üçüncü yazar ise verilerin toplanması ve çalışmanın yazımından sorumludur.

Çıkar Çatışması

Yazarlar çalışma ve yayınlanması hakkında herhangi bir çıkar çatışması belirtmemişlerdir.

Etik Beyan

Bu makalede dergi yazım kurallarına ve bilimsel araştırma ve yayın etiği kurallarına uyulmuştur. Makale ile ilgili doğabilecek her türlü ihlallerde sorumluluk yazara aittir.

KAYNAKÇA

Ağduman, F. (2014). *Üniversite öğrencilerinin boş zaman motivasyon ve tatminlerinin incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Akgül, B. M., & Gürbüz, B. (2011). Boş zaman tutum ölçeği: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(1), 37-43.

Akın, A. (2007). Öz güven ölçeği'nin geliştirilmesi ve psikometrik özellikleri. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(2), 165-175.

Akyüz, H., Türkmen, M. (2016). Üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının incelenmesi: Bartın üniversitesi örneği. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 1), 340-357.

Bahar, I., Kaiserman, I., McAllum, P., Slomovic, A., & Rootman, D.(2008). Comparison of posterior lamellar keratoplasty techniques to penetrating keratoplasty. *Ophthalmology*, 115(9), 1525-1533. <https://doi.org/10.1016/j.ophtha.2008.02.010>

Başoğlu, U. D. (2018). Patika oryantiring sporuna katılan bireylerin cinsiyet değişkenine göre özgüven düzeylerinin incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 31-39.

Baştuğ, G., Duman, S., Akçakoyun, F., & Karadeniz, F. (2016). Football referees; stress, self-confidence, decision making. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 5399-5406.

Çetin, S. (2019) *Elit sporcuların duygusal zekâ, öz-yeterlik ve öz güven düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.

Çiriş, V. (2014). *Spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Ekinci, N. E., Özdilek, Ç., Deryahanoğlu, G., & Üstün, Ü. D. (2014). Spor yapan lise öğrencilerinin öz güven düzeylerinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1(1), 36-42.

Fitzgerald, M., Joseph, A., Hayes, M. & O'regan, M. (1995). Leisure activities of adolescent schoolchildren. *Journal of Adolescence*, 18, 349-358. <https://doi.org/10.1006/jado.1995.1024>

Gökyürek, B. (2016). An analysis of leisure attitudes of the individuals participating in dance activities and the relationship between leisure attitude and life satisfaction. *International Journal of Environmental & Science Education*, 11(10), 3285-3296.

Hacıoğlu, N., Gökdeniz, A., & Dinç, Y. (2003). *Boş zaman ve rekreasyon yönetimi*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Hills, P., Argyle, M., & Reeves, R. (2000). Individual differences in leisure satisfactions: An investigation of four theories of leisure motivation. *Personality and Individual Differences*, 28, 763-779. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(99\)00137-3](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(99)00137-3)

Karaküçük, S. (2008). *Rekreasyon: Boş zamanları değerlendirme* (Beşinci Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.

Karataş, E. Ö. (2017). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin liderlik yönelimleri ve öz güven davranışlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.

Karataş, S. (2021). Psikoloji sözlüğü: Tutum, <http://www.psikolojisozlugu.com/attitudetutum>, Erişim tarihi: 15.02.2021.

Kılbaş Köktaş, Ş. (2004). *Rekreasyon: Boş zamanı değerlendirme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Körmükçü, Y., & Başaran, Z. (2015). The Expectations of Locals About Recreative Activities on Regional Planning Stage. *International Journal of Sport Culture and Science*, 3(Special Issue 3), 687-700.

Mağden, D., & Aksoy, A. (1993). *Anne ve babaların çocuklarına karşı tutumlarını etkileyen etmenler*. Ankara: Eğitim ve Bilim.

Makar, E. (2016). *Spor eğitimi gören öğrencilerin, sosyal beceri, fiziksel benlik algısı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

Merdinoğlu, A., Gürsoy, R., Hazar, K., & Dallı, M. (2017). Aerobik egzersize bağlı yetişkin kadın ve erkek bireylerde beden algısı ve benlik saygısı değerlerinin araştırılması. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3), 333-339.

Mutluer, S. Y. (2006). *Özgüven oluşmasında manevi değerlerin rolü* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri (Din Psikolojisi) Anabilim Dalı, Ankara.

Önal, L., Yılmaz, H. H., Kaldırım, M., & Ağduman, F. (2017). Atatürk üniversitesi öğrencilerinin spora karşı tutumları ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muş Alparslan Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 26-34.

Özbek, S., Yoncalık, M. T., & Alıncak, F. (2017). Sporcu ve sedanter lise öğrencilerinin özgüven düzeylerinin karşılaştırılması (Kırşehir İli Örneği). *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 46-56.

Piko, B. F., & Vazsonyi, A. T. (2004). Leisure activities and problem behaviours among Hungarian youth. *Journal of Adolescence*, 27, 717-730. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2004.02.004>

Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Leisure attitude measurement. *Journal of Leisure Research*, 14, 155-167.

Şahan, H. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. *KMU İİBF Dergisi*, 10(15), 260-278.

TDK (2021). Türkçe Sözlük, Tutum, <https://sozluk.gov.tr>, Erişim tarihi: 15.02.2021.

Tektaş, N., Tektaş, M., & İncaz, S. (2017). Üniversite öğrencilerinin boş zaman faaliyetlerine yönelik tutumlarının incelenmesi: Bandırma Onyedil Eylül Üniversitesi örneği. *Journal of Current Researches on Social Sciences*, 7(4), 323-336.

Tezcan, M. (1982). *Sosyolojik açıdan boş zamanların değerlendirilmesi*. Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayını.

Makale Geliş : 20.04.2021

Makale Kabul : 20.07.2021

Açık Erişim Politikası

Bu eser Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı ile lisanslanmıştır. <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.tr>